Sportphysiologisches über das Fechten

Auszug

aus der

Inaugural-Dissertation

zur Erlangung der

Medizinischen Doktorwürde

an der

Friedrich-Wilhelms-Universität
zu Berlin.

Von

Otto Plaskuda
aus Zobten am Berge (in Schlesien)

BIBLIOTHEEK RIJKS UNIV. LEIDEN

Tag der Promotion: 7. März 1921

Emil Ebering, Berlin NW. 7, Mittelstraße 29.

Gedruckt mit Genehmigung
der
Medizinischen Fakultät der Universität Berlin

Dekan: Prof. Dr. **Rubner**
Referent: **Prof. Dr. Klapp.**
Prof. Dr. Bier.

Die physiologische Wirkung des Sportfechtens auf Muskeln und Nerven soll an einzelnen Fechtern festgestellt werden. Es zeigt sich, daß die Arbeit der rechten Körperhälfte überwiegend ist. Besonders groß ist die Arbeit des rechten Oberschenkels. Einige Maße von Oberschenkeln beweisen das. Das Muskelrelief des rechten Arms, der rechten Seite des Rumpfes ist besser. Als Beispiel Maße von Ober- und Unterarm von Fechtern. Auf Grund dieser einseitigen Muskeltätigkeit kommen bei Fechtern Mißbildungen zu Stande. Es kommt zu Muskelverkürzungen der Rumpfmuskulatur rechts infolge der Haltung während der Gänge, später unter dem einseitigen Druck sogar zu Entartung der Knochen, zu Skoliosen. Auf diese Weise entstehen Schultersenkung und Abflachung des Brustkorbes, wie einzelne Fechter sie zeigen. Besonders gefährdet sind Jugendliche und Rhachitiker, denn in allen Phasen des Waffenganges müht sich der Körper bei seitlicher Stellung und Arbeit der Muskeln einer Körperhälfte in ungünstiger Haltung. Eine ebenso wichtige Rolle wie die Muskeln spielen die Nerven. Es gilt keine heftigen Bewegungen zu machen, sondern sichere Stöße. Die Schnelligkeit, die den Fechter zwingt, die Muskeln dauernd in Vorbereitung zu halten, bewirkt gewaltige Nervenanstrengung. Der Kraftaufwand besteht in der Vorbereitung der Bewegungen, nicht in deren Ausführung. Ein Beispiel ist die Katze, die ihre Muskeln auf Kosten der Nerven in Spannung behält, so daß der kleinste Reiz Bewegung bewirkt. Dasselbe gilt beim Fechter, der augenblickliche Gehorsam der Muskeln fordert beträchtliche Nervenarbeit. Es gilt die verlorene Zeit zu verkürzen, was nur auf Kosten des Nervensystems geschehen kann, und zwar um so mehr, je weniger reizbar den Muskel ist. Dazu kommt als Nervenarbeit die latente Koordination, die einer Denkarbeit zu vergleichen ist. Die Wirkung der Nervenarbeit zeigt sich am Fechter, nämlich seiner Abmagerung und Erschöpfung nach dem Fechten, die verschieden ist von der Ermüdung nach Kraftübungen. Ein Beispiel wieder die Katze, die trotz ihrer Trägheit nicht fett wird, auf Grund ihrer Nervenarbeit. Das Fechten gehört zu den schwierigen Uebungen und diese werden durch Erziehung der Muskeln leichter. Eine Uebung selbst auszuführen, ist die einzige Möglichkeit sie zu erlernen. Beim Fechten kommt zur Erlernung von Bewegungen noch die Ver-

vollkommnung bekannter. Bei häufiger Ausführung einer Bewegung kommt es zum Automatismus. Dieser ist beim Fechten unmöglich, da das Fechten Anpassung an die Bewegungen des Gegners verlangt. So fordert das Fechten immerfort Nervenarbeit. Die Ermüdungserscheinungen sind daher auf die große Nervenarbeit zurückzuführen. Es kann leicht zu Erschöpfungszuständen und nervöser Erschütterung führen. Daher ist Fechten kein Ausgleich für geistige Arbeit. Fechten ist als Sport geeignet für geistig wenig beschäftigte Männer, für Fettleibige, nicht für Jugendliche, Nervöse und solche, die mit geistiger Arbeit überlastet sind.

Lebenslauf.

Otto Plaskuda, geb. 29. Oktober 1891 zu Zobten vom Berge in Schlesien als Sohn des Stadtgutsbesitzers Paus Plaskuda und seiner Ehefrau Maria geb. Felkl, besuchte von Sexta bis Oberprima das Königl. Friedrich-Wilhelms-Gymnasium zu Berlin, wo er 1912 das Reifezeugnis erhielt. Von 1912 bis 1920 studierte er auf der Kaiser-Wilhelms-Akademie für militärärztliches Bidlungswesen. Von 1914 bis Ende 1918 war er im Felde. Am 14. 3. 1920 erhielt er die Approbation als Arzt und ist seither als Assistenzarzt am Knappschaftslazarett in Waldenburg i. Schles. tätig.